

Livraison lundi
Livraison Mercredi
Livraison Vendredi
Mardi 10 Mars
Mercredi 11 Mars
Jeudi 12 Mars
Vendredi 13 Mars
Samedi 14 Mars
Dimanche 15 Mars
Lundi 16 Mars
MENU ROSE

Entrée	Salade De Pois Chiches A La Grecque	Céleris Frais Rémoulade	Salade Avocat Vtte Citronnée	Crepes Aux Champignons	Rillettes Thon Fromage Blanc Mayonnaise Ciboulette	Salade De PDT Oignons Rouges Persil	Chou Blanc Rapé Raisins Secs
Plat	Filet De Merlu Curcuma	Filet de Poulet Sce Roquefort	Filet De Tilapia Beurre Blanc	Saucisse Fumée Au Jus	Steak De Bœuf Haché A L'Oriental	Sauté De Porc Au Caramel Et Sesame	Merlu Sce Nantua
Garniture	Gratin De Cotes De Bettes	Blé Aux Poivrons	Boulgour	Choux De Bruxelles	Coquillettes	Mélange Asiatique	PDT Rissolées
Laitage	Fromage Blanc Battu	Yaourt Nature	Petits Suisses Natures	Yaourt Bio Nature	Fromage Blanc Faisselle	Yaourt Nature	Fromage Blanc Battu
Dessert	Banane	Poire Au Sirop Sce Chocolat	Orange	Carpaccio D'Ananas	Clémentines	Kiwi	Pomme Au Four Crème Anglaise

MENU VIOLETTE

Entrée	Salade de Chou Rouge Dés D'Emmenthal	Saucisson Brioché	Tarte Au Fromage	Salade Verte Aux Oignons Rissolés	Taboulé	Cœurs D'Artichaut Mayonnaise	Tarte Thon Tomate
Plat	Andouillette A La Moutarde	Escalope De Porc Sce Moutarde	Roti De Dinde Jus Aux Olives	Bœuf Bourguignon	Filet D'Eglefin Sce Beurre Citron	Coquelet Roti Au Jus	Poule Au Pot Et Ses Légumes
Garniture	Purée De Panais	Poelée Campagnarde	Poelée Méridionale	PDT Vapeur	Poelée Champetre	Frites	
Laitage	Fourme D'Ambert	Emmenthal	Brie	Saint Florentin	Carré De L'Est	Comté	Edam
Dessert	Eclair au Café	Gateau Maison Vanille	Brownie Chocolat Noix De Pécan	Far Breton	Chou Crème A La Vanille Sce Caramel	Bavarois Framboise	Tarte Ananas Coco

MENU LILAS

Entrée	Chorizo	Demi Pomelo	Salade Mexicaine	Mortadelle	Cervelas Rémoulade	Salpicao(Carottes Petits Pois Mais Mayonnaise)	Aspic Aux Œufs
Plat	Haché De Veau Marengo	Rondo Poisson Blanc Tomate	Falafels	Filet De Hoki Sce Mascarine	Chipolatas	Paupiettes De Saumon Sce Duglere	Tresse Au Fromage
Garniture	Brocolis Vapeur	Haricots Lingots	Courgettes Sce Soja Echalotes	Semoule	Légumes Anciens	Lentilles	Purée De Carottes Basilic
Laitage	Saint Moret	Chantaillo Ail et Fines Herbes	Carré Fondu Calcium	Rondelé Aux Noix	Petit Moulé Nature	Bébicrème	Petit Moulé Aux Noix
Dessert	Crème Dessert Vanille(Pot)	Yaourt Aux Fruits	Madeleines Aux Œufs	Compote Pomme Coing	Gateau De Riz Nappé (Pot)	Yaourt Local Aromatisé	Chamonix A L'Orange





MENUS TOURNEE CAMPAGNE Du 10/03/2026 au 16/03/2026

repas@bienetre-et-vie.fr

Semaine 11

03.80.30.10.02

Mardi 10 Mars

Mercredi 11 Mars

Jeudi 12 Mars

Vendredi 13 Mars

Samedi 14 Mars

Dimanche 15 Mars

Lundi 16 Mars

MENU FACILE A MANGER

Entrée	Maquereaux A La Moutarde	Terrine De Poisson Mayonnaise	Paté Forestier	Sardines A L'Huile	Salade De Betteraves Rouges Féta	Terrine De Canard	Paté De Foie
Plat	Macaronis Carbonara	Boulettes De Bœuf Potiron Sce Ail Curry	Cappellitti A La Viande Sce Forestière	Tarte Tomato Chèvre	Œufs Brouillés Riz Sce Tomato	Tajine Boulettes De Veau	Dés De Jambon Chorizo Flageolets
Garniture							
Laitage	Vache Picon	Rondelé Nature	Pavé Demi Sel	Portion Mme Loic	Cancoillotte	Tartare Nature	Cantafras
Dessert	Gateau De Semoule Maison Aux ecorces D'Orange	Compote Pomme Abricot	Liegeois Café	Flan Chocolat(Pot)	Crème Dessert Praliné	Mousse Chocolat(Pot)	Fromage Blanc Vanille

CARTE DE REMPLACEMENT

Entrée	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc	Jambon Blanc
Plat	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin	Filet de Colin
Garniture	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT	Purée de PDT
Laitage	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature	Yaourt Nature
Dessert	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison	Fruits de Saison

COMPLEMENTS COMMUNS AUX MENUS

Potage	Potage Aurore	Crème De Courgettes	Soupe Des Maraichers	Potage Dubarry	Velouté Du Potager	Soupe Cressonnière	Potage Crecy
Pain	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette	1/2 Baguette
P'tit Déj'	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange	Viennoiserie + Jus d'Orange

